

**Религиозная организация -
духовная образовательная организация высшего образования
"Екатеринбургская духовная семинария Екатеринбургской Епархии
Русской Православной Церкви"**

Физическая культура и спорт (настольный теннис)

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Церковно-практических дисциплин**

Направления подготовки 48.03.01 Теология

Форма обучения очная

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328

в том числе:

аудиторные занятия 88

самостоятельная работа 240

Виды контроля в семестрах:

зачеты 1, 3, 4, 6, 7

зачеты с оценкой 8

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>) | 1 (1.1) | | 3 (2.1) | | 4 (2.2) | | 6 (3.2) | | 7 (4.1) | | 8 (4.2) | | Итого | |
|---|----------------|----|----------------|----|----------------|----|----------------|----|----------------|----|----------------|----|-------|-----|
| Неделя | 15 5/6 | | 15 5/6 | | 19 | | 19 | | 15 5/6 | | 15 2/6 | | | |
| Вид занятий | УП | РП | УП | РП | УП | РП | УП | РП | УП | РП | УП | РП | УП | РП |
| Практические | 14 | 14 | 14 | 14 | 16 | 16 | 16 | 16 | 14 | 14 | 14 | 14 | 88 | 88 |
| Итого ауд. | 14 | 14 | 14 | 14 | 16 | 16 | 16 | 16 | 14 | 14 | 14 | 14 | 88 | 88 |
| Контактная работа | 14 | 14 | 14 | 14 | 16 | 16 | 16 | 16 | 14 | 14 | 14 | 14 | 88 | 88 |
| Сам. работа | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 240 | 240 |
| Итого | 54 | 54 | 54 | 54 | 56 | 56 | 56 | 56 | 54 | 54 | 54 | 54 | 328 | 328 |

| 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | |
|--|--|
| Цели: | Цель курса состоит в формировании у учащегося способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности. |
| Задачи: | 1) осознать роль и значение регулярных занятий физической культурой в общекультурной и профессиональной подготовке студентов 2) уметь применять свои теоретические знания из области физической культуры для поддержания здоровья 3) осуществлять индивидуальный выбор для занятий спортом |

| 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ | |
|---|---|
| Цикл (раздел) ОП: | Б1.В.ДВ.05 |
| 2.1 | Требования к предварительной подготовке обучающегося: |
| 2.1.1 | Не требует предварительной подготовки |
| 2.2 | Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: |
| 2.2.1 | Нет |

| 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | |
|---|--|
| УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | |
| <i>УК-7.1: Имеет представление о возможностях дальнейшего профессионального развития на основе полученных знаний подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной деятельности</i> | |
| Знать: | историю возникновения и развития игры, правила игры и требования, предъявляемые к площадке и инвентарю |
| Уметь: | играть в настольный теннис с учетом специфики психологического и физического взаимодействия; реализовать на практике методические схемы тренировки |
| Владеть: | навыками взаимодействия при реализации тренировочного процесса; приемами и навыками специальной физической подготовки, нацеленной на повышение готовности организма к игре |
| <i>УК-7.2: Соблюдает нормы здорового образа жизни</i> | |
| Знать: | основные принципы построения схемы и методики тренировки; элементы специальной физической подготовки и базовые технические приемы для игры |
| Уметь: | осуществлять приемы специальной физической подготовки для игры; демонстрировать базовые технические приемы при игре |
| Владеть: | основными тактическими приемами при игре на разных позициях; способностью оценивать тактические возможности и потенциал |